



Bestellung einfach per E-Mail:

info@die-frische-kueche.de

SPEISEPLAN

KW 46

13.11.23 bis 19.11.23



DIE FRISCHE KÜCHE

A & K Die frische Küche GmbH


Blitzkuhlenstrasse 152
45659 Recklinghausen

www.die-frische-kueche.de

02361 / 96054-0 Telefon
02361 / 96054-20 Fax



gut für
Kindergarten
und Schule
geeignet

	M1 Gut bürgerlich	M2 Leichte Küche	M3 feine Küche	M4 Spezial Gourmet	M5 Vegetarisch	M6 Eintopf & Pasta	M7 Salat & kaltes	M8 Süßspeise	M9 Abendbrot
Montag 13.11.2023	Gebackener Leberkäse auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree 😊	Rinderbraten in Bratenjus mit zartem Bohnengemüse und Salzkartoffeln	Hähnchenschnitzel mit Paprikagemüse und Butterreis	Schweizer Sahnegeschnetzeltes mit kleinen Möhren und Spätzle	Spaghetti "Funghi" Italiensche Nudeln in Pilzsauce und Olivenöl	Möhrengemüse Hausfrauenart mit Fleischer-Frikadelle	Paniertes Schweineschnitzel mit Kartoffelsalat und Senf	Milchreis mit heißen Kirschen 😊	Herzhafter Rindfleischsalat mit Brot und Butter
Dienstag 14.11.2023	Delikate Putenpfanne mit Gemüse und Butterreis 😊	Grobe Bratwurst in Bratenjus mit Apfelrotkohl und Kartoffeln 😊	Schweinegulasch in pikanter Champignon-Rahm-Sauce dazu Spirellis	Zartes Hähnchenbrustfilet "Florentiner Art" auf Käsesauce mit Blattspinat und Nudeln 😊	Mini-Frühlingsrollen mit chinesischem Gemüse und feinem Wildreis	Grünkohleintopf mit Kasselwürfel 😊	Chefsalat mit Schinken, Käse und Ei, dazu Cocktail-Dressing	Germknödel mit Vanillesauce 😊	Gyrobraten mit Zaziki und Krautsalat
Mittwoch 15.11.2023	Currywurstpfanne mit frischen Zwiebeln und Reis 😊	Geflügel-Hackbraten in würziger Sauce mit Mischgemüse und Kartoffeln	Vollkorn-Spaghetti "Tonno" Nudeln in leckerer Thunfischsauce dazu Möhrensalat 😊	Rindersauerbraten in delikater Sauce dazu Rotkohl und Kartoffelknödel	Rührei mit Rahmspinat und Kartoffeln 😊	Chilli con Carne mit roten Bohnen und körnigem Reis	Salatteller mit verschiedenen Rohkostsalaten, dazu Haus-Dressing	Griesflammeri "Baden Baden" mit Fruchtsoße 😊	Eiersalat mit Obstgarnitur und Weißbrot
Donnerstag 16.11.2023	Fischfrikadelle mit Ratatouille und Kartoffelpüree 😊	Belgischer Gemüse Eintopf mit Geflügelbockwurst 😊	Chicken-Nuggets mit Ketchupsauce, Reis und Krautsalat 😊	Spießbraten in Paprika-Rahm-Sauce mit Bohnengemüse und Salzkartoffeln	Gedünstetes Gemüse mit Sauce "Holländische Art" dazu Petersilienkartoffeln	Bulgurpfanne mit Hirtenkäsewürfel und mediterranem Gemüse	Hirten-Käse mit Tomate, Lauchstreifen, Zwiebeln und schwarzen Oliven, dazu Honig-Senf-Dressing	Sahnegrießbrei mit Waldfrüchten 😊	Sandwichteller -leckere Sandwiches (Toast belegt) mit verschiedenen Sorten Belag und Garnitur
Freitag 17.11.2023	FrISCHE Reibekuchen mit leckerem Apfelmus 😊	Feine Rinderfrikadelle in Sauce mit Kräutern der Provence dazu Karottenscheiben und Püree 😊	Deftige Kohlroulade in Speck-Zwiebel-Sauce mit Salzkartoffeln	Matjesfilet in Kräutermarinade, dazu Speckböhnchen und Butterkartoffeln	Tortellini "Vegetarische Art" in fruchtiger Tomatensauce 😊	Eintopf von frischem Kohlrabi mit gebratenen Fleischklößchen	Salatteller "Rustica" mit Weißkohl, Tomaten, Gurken, Möhrchen und Hackfleischbällchen, dazu Sauerrahm-Dressing	Eierpfannkuchen gefüllt mit Heidelbeeren dazu Vanillesauce 😊	Fischplatte nach Angebot mit Brot und Butter
Samstag 18.11.2023	Herzhaftes Saftgulasch vom Schwein mit Nudeln und Mischsalat	Holsteiner Kartoffelsuppe mit Wursteinlage	Curry-Spinat-Pfanne mit Linsen, dazu Sesamkartoffeln	Gedünstetes Fischfilet auf Blattspinat mit Kräutersenf und Kartoffeln				Milchreis mit roter Grütze	Gebratene Fleischbällchen in Cocktailsauce mit Nudelsalat und Garnitur
Sonntag 19.11.2023	Thüringer Bratwurst in Sauce mit Wirsinggemüse und Kartoffeln	Zarte Hähnchenbrust in feiner Sauce dazu Fingermöhren und Salzkartoffeln	Bandnudeln in leckerer Spinat-Käse-Sauce	Schweinsteak mit Grillgemüse und Rosmarinkartoffeln				Heißer Apfelstrudel mit Vanillesauce	Käseplatte "Winzer Art" mit Weintrauben und Garnitur dazu Butter und Mischbrot

enthält: 1= Geschmacksverstärker; 2= Antioxidationsmittel; 3= Süßstoff; 4= Konservierungsstoff; 5= Farbstoff; 6= Geschwärzt; 7= Alkohol; 8= Formfleisch; 9= mit Milchprodukt zubereitet; [A]= Glutenhaltiges Getreide (A1= Weizen, A2= Roggen, A3= Gerste, A4= Hafer, A5= Dinkel, A6= Kamut oder A7= Hybridstamm davon); [B]= Krebstiere / Krebstiererzeugnisse; [C]= Eier / Eierzeugnisse; [D]= Fisch / Fischzeugnisse; [E]= Erdnüsse / Erdnusszeugnisse; [F]= Soja / Sojaerzeugnisse; [G]= Milch / Milcherzeugnisse einsch. Lactose; [H]= Schalenfrüchte (H1= Mandel, H2= Haselnuss, H3= Walnuss, H4= Cashew, H5= Pecannuss, H6= Paranuss, H7= Pistazie, H8= Macadamianuss und H9= Queenslandnuss); [I]= Sellerie / Sellerieerzeugnisse; [J]= Senf / Senferzeugnisse; [K]= Sesam / Sesamerzeugnisse; [L]= Schwefeldioxid und Sulfite; [M]= Lupinen / Lupinerzeugnisse; [N]= Weichtiere / Weichtierlerzeugnisse; R=Rind, S=Schwein, F=Fisch, G= Geflügel, W= Wild, V= Vegetarisch, L= Lamm. Alle Menüs sind mit jodiertem Salz zubereitet! Alle Menüs mit glutenhaltiges Getreide werden ausschließlich mit Weizen zubereitet, ausnahmen werden gesondert gekennzeichnet! BE-Wert ergibt sich aus dem Gesamtgewicht

DE NW 86018 EG

Die Nährwertangaben beziehen sich auf jeweils 100 g.

www.die-frische-kueche.de

